

21. P U C H A R B A Ł T Y K U
Stadion Leśny ul. Wybickiego 28
Sopot - 25.09.2021

R E G U L A M I N

Organizator: **Zbigniew Werling** przy wsparciu Polskiego Związku Lekkiej Atletyki Masters i Sopotkiego Klubu Lekkoatletycznego.

Biuro zawodów przy wejściu na stadion czynny od godz. 8.00

Początek zawodów: chód 5000 m godz. 9.00, rzuty od godz.9.30

Konkurencje kobiety i mężczyźni: chód sportowy 5000 m, kula, młot, dysk, oszczep, ciężarek, szkot, - zawodnicy proszeni są o posiadanie swoich numerów startowych

Konkurs małżeński: polega na zsumowaniu punktów za wyniki żony i męża w konkursach pchnięcia kulą.

Pięciobój rzutowy: podsumowanie punktów w konkurencjach: kula, młot, dysk, oszczep, ciężarek z pierwszych 3 kolejek.

Zgłoszenie: wypełniona karta zgłoszenia na adres mailowy: zbigniewwerling@wp.pl **do 18.09.2021.**

Opłaty startowe: gotówką w sekretariacie zawodów przed startem.

Nagrody: medale za 3 najlepsze wyniki w każdej konkurencji po przeliczeniu na punkty z uwzględnieniem kategorii wiekowych.

Puchary Prezesa PZLAM: dla 3 najlepszych par w konkursie małżeńskim w pchnięciu kulą.

Zakwaterowanie: we własnym zakresie, proponujemy:

Hotel Stadion Leśny 58 551 23 60

Hotel Miramar 58 551 17 88 ul. Zamkowa Góra 25

Pensjonat Irena 58 551 34 90 ul. Chopina 36